



Submitted : 7 Augst 2020 Revised : 1 Sept 2020 Accepted : 30 May 2021 Published : 31 May 2021

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kebiasaan Merokok, Cuci Tangan dan Perilaku Gizi di Masa Pandemi Covid 19**Relationship between Gender with Smoking Habits, Handwashing and Nutritional Behavior in the Covid 19 Pandemic**Emy Yuliantini¹, Miratul Haya¹, Andi Eka Yunianto², Sherly¹, Tri Antini¹¹ *Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu, Indonesia*² *Jurusan Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi, Indonesia*

Corresponding author: Emy Yuliantini

Email: emyardi2017@gmail.com**ABSTRAK**

Latar Belakang: Coronavirus 2019 (COVID-19) merupakan penyakit saluran pernapasan yang disebabkan oleh virus corona. Perokok adalah kelompok paling rentan terkena infeksi Covid-19. Tangan yang kotor dapat menjadi jalur masuk patogen, bakteri atau virus yang dapat menyebabkan penyakit. Mencuci tangan mampu menjadi pencegahan yang efektif dan efisien untuk mencegah terjadinya infeksi Covid-19.

Tujuan: untuk mengetahui hubungan antara jenis kelamin dengan kebiasaan merokok, cuci tangan dan perilaku gizi pada responden.

Metode: Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan desain cross-sectional. Responden dalam penelitian ini sebanyak 966 orang yang bertempat tinggal di Provinsi Bengkulu. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan poster yang berisi link kuesioner dan uraian singkat penelitian, yang diposting melalui media whatsapp. Analisis data menggunakan uji chi-square.

Hasil: Ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan kebiasaan merokok ($p=0,003$), ada hubungan antara jenis kelamin dan cuci tangan ($p=0,000$) dan ada hubungan jenis kelamin dengan konsumsi makanan segar ($p=0,026$). Tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku gizi dalam Mengonsumsi makanan awetan/instan ($p=0,463$) dan tidak ada hubungan antara perilaku gizi dengan kebiasaan konsumsi buah dan sayur ($p=0,090$).

Kesimpulan: Ada hubungan antara jenis kelamin dengan kebiasaan merokok dan cuci tangan.

Kata Kunci: Jenis Kelamin; Merokok; Cuci Tangan; Perilaku Gizi

ABSTRACT

Background: Coronavirus 2019 (COVID-19) is a respiratory disease caused by corona virus. Smokers are the most vulnerable group form Covid-1. Dirty hands can spread disease by providing entry to pathogens, bacteria, or viruses. Handwashing could be effective and efficient prevention to prevent covid-19 infection.

Objective: To determine the relationship between gender and smoking habits, handwashing and nutritional behavior among respondents.

Methods: A descriptive-analytic study with a cross-sectional design. Respondents were 966 people who lived in Bengkulu Province. Data collection was carried out by online questionnaire which were distributed through WhatsApp media. Data analysis used the chi-square test.

Results: There were significant relationship between gender and smoking habits ($p = 0.003$), gender and handwashing ($p = 0.000$), gender and nutritional behavior related with fresh food consumptions ($p = 0.026$). There were no relationship between gender and nutritional behavior related to preserved/instant foods consumption ($p = 0.463$), nutritional behavior and fruit-vegetable consumption habits ($p = 0.090$).

Conclusion: There is a relationship between gender and smoking and handwashing habits.

Keywords: Gender; Smoking; Hand Washing; Nutritional Behavior

Introduction (Pendahuluan)

Penyakit Corona virus 2019 (SARS-CoV-2) adalah penyakit pernapasan yang muncul yang disebabkan oleh corona virus (SARS-CoV-2) dan pertama kali terdeteksi pada bulan desember 2019 di Wuhan Cina. Penyakit ini merupakan penyakit menular dengan disertai gejala klinis utamanya yaitu demam, batuk kering, kelelahan, myalgia, dan pneumonia^[1,2]. Bila gejala klinis tidak segera diatasi akan menyebabkan kematian^[3]. COVID-19 merupakan ancaman global di seluruh dunia, WHO menyatakan bahwa kasus paling banyak terjadi pada negara maju seperti USA, Spanyol, Italy, Inggris, Rusia, Jerman dan Perancis. Namun kasus juga berkembang dinegara berkembang seperti di Indonesia^[4].

Pandemi COVID-19 yang sedang berlangsung telah menyebar dengan sangat cepat, Pada 7 Mei 2020 terdapat 215 negara yang terkena dampak pandemi COVID-19, menghasilkan 3.595.662 infeksi yang terkonfirmasi laboratorium dan 247.652 kematian, dengan sebagian kasus di dunia yaitu 33% terjadi di US^[4]. Indonesia berada di posisi ke 36 dari negara di seluruh dunia yang terkena dampak COVID-19. Per tanggal 7 Mei 2020 kasus terkonfirmasi positif di Indonesia sebesar 74,1%, meninggal 7,1% serta sembuh 18,6%^[5]. Menanggapi kasus pandemi yang semakin meluas, WHO menyatakan darurat kesehatan masyarakat yang menjadi perhatian internasional pada tanggal 30 Januari 2020 dan menyerukan upaya kolaboratif untuk semua negara dalam mencegah penyebaran COVID-19^[4]. Prevalensi COVID-19 di Indonesia selalu terjadi peningkatan dari periode Maret hingga April.

Peningkatan prevalensi tersebut diakibatkan masih kurang perhatian masyarakat terhadap himbauan pemerintah^[5]. Menurut Kemenkes untuk mengurangi jumlah kasus di masyarakat harus melaksanakan hidup sehat sesuai dengan Pedoman Pencegahan Pengendalian COVID-19 dan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) serta penerapan gizi sehat seimbang^[6-8]. Gaya hidup sehat yang perlu diterapkan

saat pandemi seperti mencuci tangan dengan menggunakan sabun dan air yang mengalir, aktivitas

fisik, menghentikan kebiasaan merokok, penggunaan masker, berjemur dan pemenuhan gizi seimbang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara jenis kelamin dengan kebiasaan merokok, cuci tangan dan perilaku gizi pada responden.

Methods (Metode Penelitian)

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional study* yang dilakukan mulai tanggal 15 Mei sampai Juli 2020. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 966 orang yang bertempat tinggal di Provinsi Bengkulu. Pengumpulan data dilakukan secara online selama pandemi COVID -19 melalui poster yang diposting melalui sosial media *Whatsapp*. Poster ini berisi pengantar singkat tentang latar belakang, tujuan, prosedur, sifat sukarela dalam berpartisipasi, deklarasi anonimitas dan kerahasiaan serta dokumentasi dalam mengisi kuesioner. Pertanyaan ini dijawab dengan opsi benar/salah/ tidak tahu. Jawaban benar akan mendapatkan 1 poin dan salah/tidak tahu diberikan 0 poin. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Chi Square*. Penelitian ini sudah disetujui oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Poltekkes Kemenkes Bengkulu No. KEPK/063/06/2020.

Results (Hasil)

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil bahwa dari 139 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 7,2% merokok dan 92,8% tidak merokok, sedangkan dari total 827 yang berjenis kelamin perempuan 2,2% merokok dan 97,8 % yang tidak merokok. Hasil uji statistik *chi-square*, diperoleh hasil ada hubungan antara jenis kelamin dan kebiasaan merokok ($p=0,003$).

Tabel 1. Hubungan Jenis Kelamin dengan Kebiasaan Merokok

Jenis Kelamin	Merokok				Total		p
	Ya		Tidak		n	%	
	n	%	n	%	n	%	
Laki-laki	10	7,2	129	92,8	139	100	0,003
Perempuan	18	2,2	809	97,8	827	100	
Total	28	2,9	938	97,1	966	100	

Tabel 2. Hubungan Jenis Kelamin dengan Kebiasaan Cuci Tangan

Jenis Kelamin	Cuci Tangan				Total		P
	Ya		Tidak				
	N	%	n	%	n	%	
Laki-laki	33	23,7	106	76,3	139	100	0,000
Perempuan	134	22,7	639	77,3	827	100	
Total	167	17,3	799	82,7	966	100	

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil dari 139 responden yang berjenis kelamin laki-laki 76,3% orang tidak memiliki kebiasaan mencuci tangan, 23,7% yang selalu mencuci tangan. Sedangkan pada perempuan dari 827 responden sebanyak 83,3% orang selalu mencuci tangan dan 22,7% tidak memiliki kebiasaan mencuci tangan. Hasil uji statistik *chi-square*, terdapat hubungan antara jenis kelamin dan kebiasaan mencuci tangan ($p=0,000$).

Tabel 3. Hubungan Jenis Kelamin dengan Perilaku Gizi dalam Mengonsumsi Makanan Segar

Jenis Kelamin	Konsumsi Makanan Segar				Total		P
	Baik		Tidak Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Laki-laki	30	21,6	109	78,4	139	100	0,026
Perempuan	179	21,5	648	78,5	827	100	
Total	209	21,6	757	78,4	966	100	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 139 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 21,6% memiliki kebiasaan konsumsi makanan segar dan 78,4% tidak memiliki kebiasaan konsumsi makanan segar, sedangkan dari total 827 yang berjenis kelamin perempuan 21,5% memiliki kebiasaan konsumsi makanan segar dan 78,5% yang tidak memiliki kebiasaan konsumsi makanan segar. Hasil uji statistik *chi-square*, diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dan kebiasaan mengonsumsi makanan segar ($p=0,026$).

Tabel 4. Hubungan Jenis Kelamin dengan Perilaku Gizi dalam Mengonsumsi makanan Awetan/Instan

Jenis Kelamin	Konsumsi Makanan Awetan/Instan				Total		P
	Suka		Tidak Suka				
	n	%	n	%	n	%	
	Laki-laki	25	17,9	114	82,1	139	
Perempuan	131	15,8	696	84,2	827	100	
Total	156	16,1	810	83,9	966	100	

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil dari 139 responden yang berjenis kelamin laki-laki 82,1% orang tidak suka mengonsumsi makanan awetan/instan dan 17,9% suka konsumsi makanan awetan/instan. Sedangkan pada perempuan dari 827 responden sebanyak 84,2% orang tidak suka mengonsumsi makanan awetan/instan dan 15,8% suka mengonsumsi makanan awetan/ instan. Hasil uji

statistik *chi-square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku gizi dalam mengonsumsi makanan awetan /Instan ($p=0,463$).

Tabel 5. Hubungan Jenis Kelamin dengan Perilaku Gizi dalam Mengonsumsi Buah dan Sayur

Jenis Kelamin	Konsumsi Buah dan Sayur				Total		P
	Baik		Tidak Baik				
	n	%	n	%	n	%	
Laki-laki	20	14,6	119	85,4	139	100	0,090
Perempuan	150	18,2	677	81,8	827	100	
Total	170	1,1	796	16,1	966	100	

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil dari 139 responden yang berjenis kelamin laki-laki 85,4% tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur dan sebanyak 14,6% orang memiliki kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur. Sedangkan pada perempuan dari 827 responden sebanyak 81,8% orang tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur dan 18,2% memiliki kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur. Hasil uji statistik *chi-square*, tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dan perilaku gizi dalam kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur ($p=0,090$).

Discussion (pembahasan)

Pandemi Covid-19 merupakan penyakit yang menjadi masalah global di berbagai negara di seluruh dunia tak terkecuali Indonesia. Hal ini dibutuhkan perubahan gaya hidup yang tepat dalam pencegahan penularan Covid-19 [9,10]. Salah satu upaya dalam pencegahan penularan Covid-19 yaitu dengan menerapkan gaya hidup sehat seperti menjaga imunitas tubuh melalui konsumsi kebiasaan merokok dan cuci tangan [11] [12].

Tabel 1 menunjukkan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan kebiasaan merokok dimasa pandemi Covid-19, yaitu responden laki-laki (7,2%) lebih banyak merokok dibanding responden perempuan (2,2%). Berdasarkan hasil penelitian Jason Sheltzer menunjukkan bahwa perokok paling rentan terhadap infeksi Covid-19 yang parah, hal ini dikarenakan paru-paru perokok mengandung banyak titik masuk yang dapat dimanfaatkan oleh virus. Infeksi Covid-19 dimulai pada reseptor ACE2 (*Angiotensin Converting Enzyme 2*) protein yang terletak di permukaan sendi seluruh tubuh, termasuk saluran pernafasan. Seorang perokok cenderung memiliki infeksi yang lebih parah daripada orang yang bukan perokok. Penelitian *The New England Journal of Medicine*, perokok memiliki risiko gejala lebih parah terkena Covid-19, hal ini dikarenakan bahwa kebiasaan merokok merupakan faktor risiko

untuk berbagai gangguan infeksi saluran pernafasan bagian bawah.

Zhou F (2020) di Cina yang menunjukkan bahwa perokok memiliki risiko terinfeksi SARS-CoV-2 14 kali lebih tinggi dan mengalami dampak yang lebih buruk dibandingkan dengan mereka yang bukan perokok. Penelitian lain di Cina mendokumentasikan 58% masyarakat yang tertular Covid-19 dalam kondisi kritis adalah laki-laki, hal ini disebabkan karena banyaknya laki-laki yang merokok dibandingkan wanita (Huai Cai, 2020).

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan kebiasaan cuci tangan dimasa pandemi Covid-19 yaitu proporsi responden perempuan yang selalu mencuci tangan (83,8%) lebih tinggi dibandingkan responden laki-laki (76,3%). Cuci tangan dengan sabun merupakan salah satu Indikator perilaku hidup bersih dan sehat. Mencuci tangan menggunakan sabun dapat mencegah berbagai penyakit. Tangan dapat menjadi jalur masuk bagi patogen, bakteri atau virus yang bisa menyebabkan penyakit, oleh karena itu mencuci tangan menjadi salah satu upaya pencegahan yang efektif dan efisien untuk menghindari terjadinya virus corona. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulandari yang menunjukkan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan yang signifikan dengan kebiasaan mencuci tangan. tentang pencegahan Covid-19.

Penelitian Ardiyanto *et al* ^[13] di Semarang dengan tetap berolahraga dan menjaga pola hidup sehat dan bersih selama masa pandemi covid 19 akan terhindar dari pandemi covid 19. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara jenis kelamin dan kebiasaan mengonsumsi makanan segar ($p=0,026$). Tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku gizi dalam mengonsumsi makanan awetan/instant ($p=0,463$) dan tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dan perilaku gizi dalam kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur ($p=0,090$). Kepedulian terhadap pola hidup sehat dengan memenuhi asupan gizi yang seimbang harus terus diterapkan walaupun di masa pandemi Covid-19.

Penelitian Dara dkk pemahaman gizi seimbang dan telah diterapkan di rumah untuk menjaga kesehatannya beserta keluarganya pada masa pandemi Covid-19, terdapat tiga faktor pengetahuan, sikap dan tindakan yang dilakukan dalam sehari-hari. Penelitian sebelumnya menunjukkan terjadi perubahan kebiasaan makan 62,5% dan mengalami peningkatan keragaman konsumsi pangan 59% ^[14]. Sebanyak 76 % responden cenderung membuat empon-empon (rempah) sebagai minuman pada masa pandemi Covid-19. Jenis rempah yang paling banyak digunakan adalah jahe, jeruk/lemon, kunyit dan lainnya. Juga peningkatan frekuensi makan dan konsumsi makan.

Conclusion (Simpulan)

Terdapat hubungan yang bermakna jenis kelamin dengan kebiasaan merokok, kebiasaan mencuci tangan dan kebiasaan mengonsumsi makanan segar. Tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan perilaku gizi dalam kebiasaan mengonsumsi makanan awetan/instant dan perilaku gizi dalam kebiasaan mengonsumsi buah dan sayur.

Recommendation (Saran)

Peneliti menyarankan untuk dilakukan penelitian lanjutan dengan menambahkan variabel yang lebih banyak lagi mengenai upaya pencegahan Covid-19

References (Daftar Pustaka)

1. Zhi ZLXBZX. [The epidemiological characteristics of an outbreak of 2019 novel coronavirus diseases (COVID-19) in China]. Chin J Epidemiol 2020;2(41):145–51.
2. Chen N, Zhou M, Dong X, Qu J, Gong F, Han Y, et al. Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. Lancet 2020;395(10223):507–13.
3. Petropoulos F, Makridakis S. Forecasting the novel coronavirus COVID-19. PLoS One 2020;15(3):1–8.
4. World Health Organization. Coronavirus (COVID-19). Coronavirus (COVID-19)2020;
5. Covid-19 GTPP. No Title. Covid-19 di Indones.2020;
6. Kemenkes RI. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19). Gernas 2020;0–115.
7. Kemenkes RI. Buku Panduan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2010.
8. Kemenkes. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: 2014.
9. Firdaus Al-Ghifari Atmadja T, Eka Yuniarto A, Yulianti E, Haya M, Faridi A, Kesehatan Kementerian Kesehatan P, et al. GAMBARAN SIKAP DAN GAYA HIDUP SEHAT MASYARAKAT INDONESIA SELAMA PANDEMI COVID-19 (Description of attitudes and healthy lifestyle of Indonesian community during pandemic Covid-19). AcTion Aceh Nutr J 2020;2(5):195–202.
10. Utama LJ, Yuniarto AE, Shagti I, Gressilda J, Sine L. Impact of the COVID-19 Epidemic on Eating Habits and Lifestyle : An East Nusa Tenggara Survey. 2020;07(10):162–71.
11. Yuniarto AE, Elya E, Fajar Ningsih WI,

- Yuliantini E, Haya M, Faridi A, et al. Kebiasaan Cuci Tangan, Berjemur, Dan Media Informasi Pada Masyarakat Sumatra Selatan Selama Masa Pandemi Covid-19. *J Media Kesehat* 2020;13(2):59–66.
12. Yunianto AE, Indah W, Ningsih F, Yuliantini E, Haya M, Faridi A. Determining Community Lifestyle in Sumatra Island during COVID-19 Pandemic Time. 2020;5–9.
13. Ardiyanto A, Purnamasari V, Sukanto S, Setianingsih E. Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Status Kebugaran Jasmani di Era Pandemi Covid-19 Dosen PGSD. *Jendela Olahraga* 2020;5(2):131–40.
14. Saragih B, Saragih FM. Gambaran Kebiasaan Makan Masyarakat Pada Masa Pandemi Covid-19. *Res Gate* 2020;19(April):1–12.